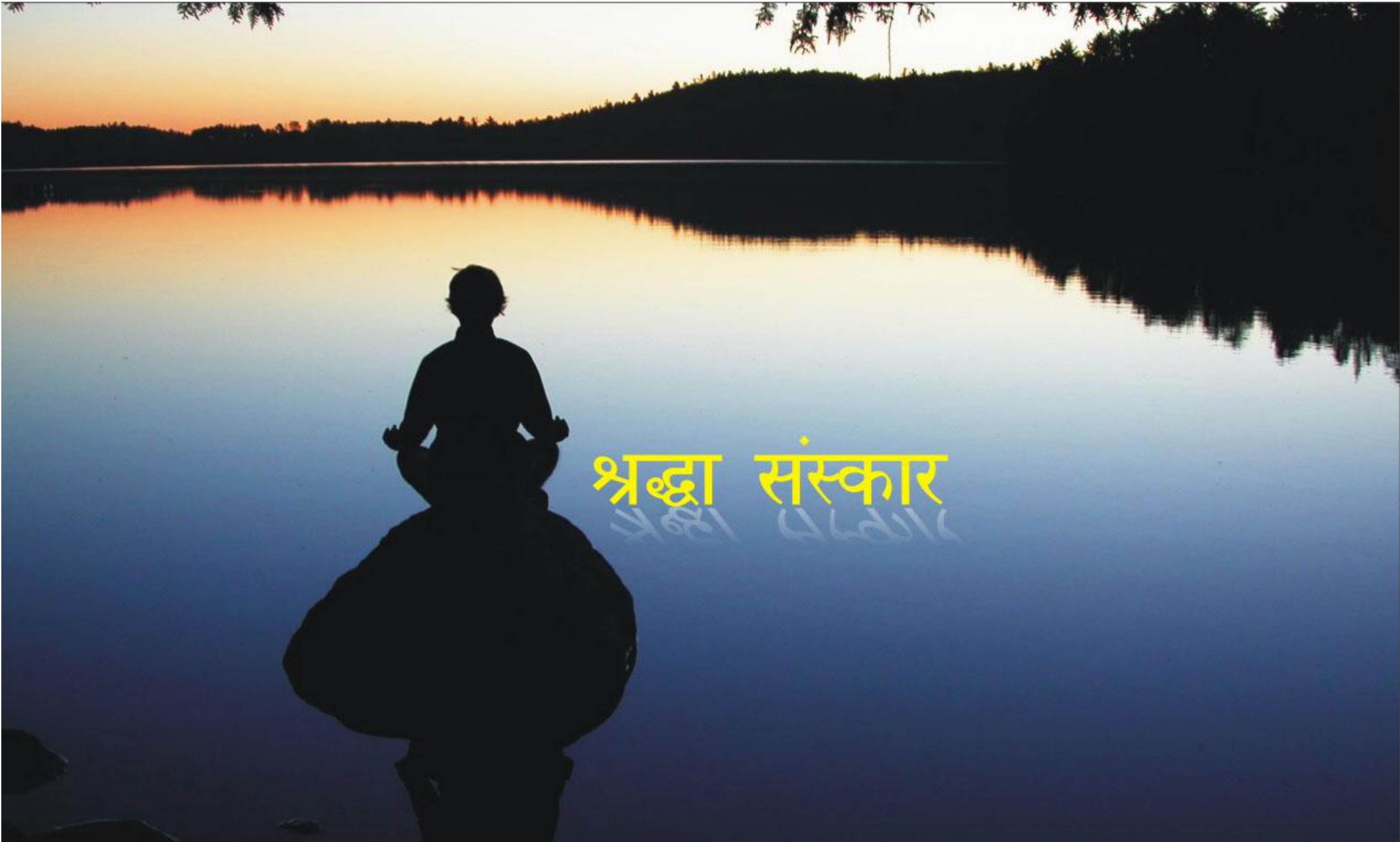

श्रद्धा संस्कार

ॐ

श्रद्धा - संस्कार

संग्राहक -
अरुण गणेश कुळकर्णी
वडोदरा (बडोदा)

संग्राहक व प्रकाशक – अरुण गणेश कुळकर्णी.
प्रकाशन स्थळ – ८, ग्रीनपार्क सोसायटी
मकरपुरा रोड
वडोदरा – ३९० ०१०

मूल्य – अमूल्य
पहील्या प्रती – २०००
प्रकाशन तारीख – १५ डिसेंबर २००९
या संग्रहाच्या प्रती साठी संपर्क करा-
Email- kulkarni@technique-baroda.com
Tel- (0265) 2640909 (office) 2632118 (res.)

ई प्रकाशक :
ई साहित्य प्रतिष्ठान
www.esahity.com
esahity@gmail.com

ई प्रकाशन : २३ मे २०१६

स्मरणार्थ

नानाकाका ज्यांच्याकडुन आयुष्य म्हणजे ज्ञानार्जन, विद्यार्थीदशा हे शिकलो त्याना.

आबाकाका ज्यांच्या देशभक्ति आणि अद्यात्माच्या सुरस गोष्टीनी भारुन गेलो त्याना.

प्रेमळ आप्पाकाकाना.

साहस आणि आत्मविश्वास रुजवणाऱ्या माझ्या वडीलाना.

समाजसेवेचा निःष्काम कर्मयोग दाखवणाऱ्या भाऊकाकाना.

ज्यांच्या घरी संस्कारक्षम मन तयार झाले त्या भाई उर्फ शंकराव घोलकरना.

भक्तिपूर्ण अर्पण

स्मरणार्थ

नानाकाका जिनसे सिखा की जीवन का अर्थ ज्ञानार्जन और विद्यार्थीदशा ही है।

आबाकाका जिनकी देशभक्ति और अध्यात्म की बातोंसे अभिभूत हुआ।

स्नेहिल आप्पाकाका

मुझमें साहस और आत्मविश्वास का सिंचन करनेवाले मेरे पिताजी

मुझे समाजसेवा के निष्काम कर्मयोग का दर्शन करवानेवाले भाऊकाका

जिनके सन्निध्य में संस्कारक्षम मन बना उन भाई घोलकर इनको भक्तिपूर्ण अर्पण

ऋण निर्देश

श्री. सुरेश चांदोरकर ज्यांच्याकडुन संग्रहासाठी उत्तेजन व मोलाचे सहकार्य मिळाले.
डॉ. मुरली पडबिद्री व श्रिमती सुनंदा भावे यानी हिंदी भाषांतराचे बहुमोल काम सांभाळले.
माझी बहीण कमाताई सबनीस जीने माझे मराठी शुध्दलेखन तपासले.
ते कित्येक स्नेहि ज्यानी आपल्या सुंदर आवाजानी श्लोकांना नटविले.
चि. सौ. अल्पना वर्मा जीने हा उपक्रम स्वतःचाच समजुन मुखपृष्ट बनवले.
व अगोदरच आपल्या सर्वांचा जे आपुलकिने हा संग्रह वापरून त्यातील चुका मला कळविण्याचा प्रयास करणार आहेत.

या सर्वांचा शतषः आभारी आहे.

मनोगत

“दिवे लागले चला शुभंकरोति म्हणा“ दररोज संध्याकाळी ही हांक आम्हां सर्व मुलाना यायची. सर्वजण हातपाय धुवून देवघराकडे धांव घ्यायचे. मग शुभंकरोति, गीताईचा एक अध्याय, पाढे, परवचा यांचा कोरस सुरू व्हायचा. श्री. भाई घोलकर यांच्याकडे घातलेला प्रघात आजही प्रकर्षाने आठवतो. केंव्हा केंव्हा इतर मुलांबरोबर चढाओढ चाले तर कित्येक वेळी कंटाळा देखील येई. कारण अर्थ न समजता त्यांची घोकंपट्टी चालायची हे एक तर दुसरे म्हणजे हा दंडक लहानानाच कां. मोठ्याना कां नाही ?

पण नंतर त्याच्या परिणामांचा प्रत्यय येत गेला. हळू हळू मोठे होत गेलो. शिक्षण, व्यवसाय, गृहस्थाश्रम मागे पडत गेले. मुले मग नातवंडे इंग्रजी माध्यमात शिकू लागली. व हां हां म्हणता इंग्रजाळली देखील. कुठे तरी कांहीतरी बोंच लागू लागली. मन संभ्रमात पडू लागले. सद्य परीस्थिती बरोबर की आपले लहानपण बरोबर!

सायं प्रार्थनेतून गीताई, गीता आपल्या धर्माचे थोडेफार ज्ञान देत. पुढे त्याचा थोडा फार अभ्यास आपणहून करावा असेही घडत होते. आता अशा प्रार्थनाच नाहीत. धर्म फक्त कोणत्याही फॉर्मवर लिहीण्यापुरता असावा असे चित्र दिसते. हे संभ्रम स्वस्थ बसू देईनात. हळू हळू सायंप्रार्थना जरुरीची आहे असे वाटू लागले. कर्मकांडावरचा पूर्ण अविश्वास तर गीता, वेदसूत्रे, उपनिषिदातील श्लोक, त्यांचे अर्थ, त्यातून घडणारे मार्गदर्शन व मनावर होणारे

संस्कार ह्या वरची श्रद्धा वाढत गेली. हिंदु हा धर्म आहे हा विचार मनुनंतरच्या वर्ण व्यवस्थेवर आधारीत समजाला लागू पडेल, त्या पूर्वीच्या वैदिक काळाला नाही. वेदांतील विचार सर्व सृष्टी नियमांचे विश्लेषण आहे. त्या विरुद्ध वागल्याने सृष्टीत उलथापालथ होउन नाशाचे कारण होते. हा प्रत्यय आज किती प्रकर्षाने जाणवतो.

म्हणून विचार बळावत गेला.

वाटले आपल्याच मित्र आप्तेष्टांमध्ये असे श्लोक संग्रहीत करून अर्थासहित दिले तर! सर्व कुटुंबियानी एकत्र बसून प्रार्थना म्हणावी, त्याचे दूरगामी परीणाम अनुभवावेत, नुसतेच “गर्वसे कहो हम हिंदु हैं” म्हणण्या पेक्षा थोडेफार त्याच्या जवळ जावे ही इच्छा. त्यामुळे हा श्रद्धा- संस्कार संग्रहीत केला.

प्रत्येकाचे भक्तिस्थान वेगळे वेगळे. कोणी शंकराचे उपासक तर कोणी गणपती, राम, हनुमान, दुर्गा यांचे त्यामुळे मिळतील तेवढ्या प्रार्थना संग्रहीत केल्या. स्वेच्छा व भक्ति प्रमाणे प्रार्थनेचा उपयोग करावा. ईश वंदना मात्र जरुर करावी. निर्विकार, निराकार, निर्विकल्प साधने पर्यंत जाण्याची ही पहिली पायरी आहे.
या संग्रहातून निवडक श्लोक घेऊन आपण आपली अशी एक सायं प्रार्थना तयार करता येईल व ती दररोज सायंकाळी एकत्र म्हणता येईल.

या संग्रहात प्रत्येक श्लोका समोर ● असे एक चिन्ह आहे. एक चिन्ह असलेले श्लोक ५ ते ७ वयोगटासाठी, ● ● दोन चिन्हे असलेले श्लोक ७ ते ९ वयोगटा साठी व ● ● ● चिन्हे असलेले श्लोक सर्वांसाठी आहेत.

मुलानी म्हणायची असेल तर मोठ्यानीही म्हणावी कारण मुले अनुकरणप्रिय असतात. फक्त मुलाना आग्रह किंवा सक्ती केली तर त्याना कंटाळा येईल. मोठ्यांचा सहभाग म्हणुनच आवश्यक आहे.
प्रत्येक श्लोकाचा अर्थ इंग्रजी, हिंदी व मराठी मध्ये दिला आहे. उच्चारण व्यवस्थित व सुंदर यावे यासाठी Audio Visual CD दिली आहे जी कॉंपुटरवर किंवा टीव्हीवर चालू शकते.

स्वानुभव सांगतो की याचे खरोखर सुंदर परीणाम आपल्यावर होतात. कदाचित् आपणही

अहं निर्विकल्पो निराकाररूपो। विभुर्व्याप्त सर्वत्र सर्वेंद्रियाणाम्।
सदा मे समत्वं न मुक्तिर्न बन्धः। चिदानन्दरूपः शिवोऽहम् शिवोऽहम्।।

या अवस्थेचा अनुभव घेऊ शकता म्हणुन हा श्रद्धा-संग्रह केला आहे. गोड मानून घ्यावा
आपला
अरुण गणेश कुळकर्णी
दिगवळेकर.

गणपती वंदना

गणपती विघ्नहर्ता म्हणून त्याला पहिले वंदन असा मोठा समज आहे. गणपती लेखनांत अतिशय जलद, महर्षि व्यास महाभारत बोलत गेले आणि गणपती लिहीत गेले. एकवेळ तर गणपतीनी व्यासां बरोबर चढाओढ लावली. ही सुद्धा आख्यायिका आहे.

पण जसे एखाद्या संत साधुचे आख्यान किर्तन झाल्यावर केलेला नमस्कार व्यासांसाठी असतो, व्याख्यानाच्या मंचाला व्यासपीठ म्हणतात. तसेच कोणतेही कार्य हे महानच असल्यामुळे किंवा त्या कामाला महानता व गती प्राप्त व्हावी म्हणून गणपतीला स्मरण, वंदन करून पाचारण करण्याचा प्रघात आहे.

गणपति विघ्नहर्ता हैं इसीलिये कार्यारंभमे सबसे पहलावंदन उन्हें ही करने की प्रथा हैं। गणपति की लिखनेकी गती अत्यन्त तेज थी। महर्षि व्यास बोलते गए और गणपति साथ साथ लिखते गए। ऐसी भी आख्यायिका है कि एक बार तो गणपति महर्षि व्यास के साथ स्पर्धा पर उतर आए थे।

जहां से कथा का व्याख्यान बोला जाता है उस मंच को व्यासपीठ कहा जाता है और कथा, आख्यान की समाप्ति पर उसके वाचक साधु संत को किया गया नमस्कार महर्षि व्यास को पहुँचता है। किसी भी कार्य को महानता और गति प्रदान *करने के लिए गणपति का स्मरण करने और उन्हे वंदन करके उनका आहवान करने की प्रथा रही है.*

वक्रतुण्ड महाकाय सूर्यकोटी सम प्रभः ।
निर्विघ्नं कुरुमेदेव सर्वकार्येषु सर्वदा ।।

O elephant headed and large bodied Lord, radiant as a thousand Suns, I ask for your grace so that this task that I am starting may complete without any hindrances.

हत्ती सारख्या तोंडाच्या, विश्वव्यापी शरीर व हजारो सुर्यांचे तेज असलेल्या हे गणपति माझी सर्व कार्ये विघ्नरहित कर.

हाथी जैसा मुख, विश्वव्यापी शरीर और हजारों सूर्य समान तेजवाला देव (गणपति) मेरे सभी शुभ कार्यों को विघ्नरहित करे।

शुक्लाम्बरदरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम् ।
प्रसन्नवदनं ध्यायेत् सर्व विघ्नोपशान्तये ।।

Lord Ganesh, who wears a white garment, who is all-pervading, who has a bright complexion, who has four arms, who has an ever smiling face, upon that God, I meditate for removal of all obstacles

शुभ्र वस्त्र ल्यालेल्या, सर्व चरारात समावलेल्या, तेजस्वि कांतिच्या, चार बाहूवाल्या प्रसन्नवदन गणरायाचे, सर्व संकटांचा नाशव्हावा म्हणून ध्यान करीत आहे.

शुभ्र वस्त्र परिधान किये, सभीजगह पाये जानेवाले, चमकती कांतिवाले, चार भुजावाले प्रसन्नवदन गणपति देवताका सर्व विघ्न नाश करनेकेलिये मैं ध्यान करता हूं।

गुरुवंदना

गुरुचे स्थान वैदिक काळातच संस्थापित झालेले आहे. गुरु शिवाय देवाची प्राप्ति होऊ शकत नाही असे आजही आपण ऐकतो. गुरुची तुलना देवा बरोबर केली आहे. गुरु ही व्यक्ति नसून ज्ञान देत जाणारी प्रक्रिया आहे. पहिला गुरु म्हणजे आई. माया, चालणे, बोलणे, गोष्टी, गाणे केवढे काय काय शिकवते ते ज्ञान मिळवले तरच पुढचा आयुष्य प्रवास. दुसरे गुरु वडील जे बालबोधातून खेळणे, सहन करणे, धैर्य, असे पुरुषार्थी ज्ञान देतात. पूर्वी गुरुगृही ज्ञान जसे पाठांतर, लिहीणे, वाचणे वगैरे साठी जात. आता शाळेत जातो. पुस्तके, ग्रंथ, निसर्ग, पर्वत, नद्या, वृक्ष, वेली जे जे आपणास कांही ना कांही शिकवत जातात, अनुभव सिद्ध करतात ते सर्व गुरुस्थानी असतात. ज्ञानी होणे म्हणजेच ईश्वर प्राप्ति ती गुरु मुळेच मिळते ना ? गुरुला उपवासी म्हटले आहे. याचा अर्थ जो देवाच्या उपवासात (शेजारी) आहे. आणि म्हणुनच ज्ञानप्राप्ति व ईश्वर प्राप्ति साठी गुरु स्मरण, वंदन हे कृतज्ञतेचे द्योतक आहे.

वैदिक काल से गुरु को सर्वोच्च स्थान दिया है। गुरु के बिना तो भगवान की भी प्राप्ति नही हो सकती। गुरु कोई व्यक्ति नही बल्कि ज्ञान प्राप्त करने की प्रक्रिया है। पहला गुरु तो माँ होती है। वही उसे चलना, बोलना, गाना, स्नेह, प्रेम आदि की शिक्षा देती है। पिता उसे खेलना, सहना, धीरज, पुरुषार्थ आदि सिखाते है। लिखना, पढना जैसी अध्ययन प्रधान बातें सीखने शिष्य पूर्वकालमें गुरुगृह जाते थे, आजकल स्कूल में जाते है। इसके अलावा भी हम पुस्तको, ग्रंथो, अनुभवो और प्रकृति से भी सिखते है। इन सभी का स्थान गुरु समान ही है। ज्ञान प्राप्ति ईश्वर प्राप्ति का मार्ग है और ज्ञानप्राप्ति गुरु के बिना सम्भव नही। गुरु उपवासी अर्थात ईश्वर के निकट रहनेवाले है इसीलिए ज्ञान प्राप्ति और ईश्वर प्राप्ति के लिये गुरुस्मरण करना प्रसंगोपात एवं कृतज्ञता दर्शक भी है।

गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुः गुरुर्देवो महेश्वरः ।
गुरुः साक्षात् परब्रह्म तस्मै श्री गुरवे नमः ।।

I prostrate to that Shri Guru, Who is himself Bramha, Vishnu and God maheshwara and who is verily the Supreme Absolute itself

गुरु हेच ब्रम्हा, विष्णु आणि महेश होत, साक्षात परब्रम्ह अशा या गुरुसमोर मी नतमस्तक होत आहे.

गुरुही ब्रम्हा, विष्णु और शंकर हैं, साक्षात परब्रह्म ऐसे गुरुको मैं नमन करता हूं।

त्वमेव माता च पिता त्वमेव
त्वमेव बन्धुश्च सखा त्वमेव ।
त्वमेव विद्या द्रविणं त्वमेव
त्वमेव सर्वं मम देव देव ।।

O Lord ! You are my mother and my father also; You are my brother and friend; You are knowledge and wealth; You are everything to me; O! God of all Gods

हे देवा आपणच माझे माय, बाप, भाऊ, मित्र आहात. माझे ज्ञान व संपत्ति आपणच आहात. आपण माझे सर्वस्व आहात.

हे भगवान आपही मेरे माता और पिता हो। आपही मेरे बंधु और मित्र हो। आपही मेरे विद्या और संपत्ति हो। आपही मेरेलिये सबकुछ हो।

दैनंदिनी

वेदिक श्लोकांतून कृतज्ञता प्रकर्षाने जाणवते. आपण जे जे उपभोगतो, वापरतो, मग ते निसर्गदत्त असले तरी त्याचे ऋणी रहावे. आणि म्हणूनच प्रातःकाली देवाचे नांव, धरतीचे ऋण मानून दिवस सुरु करावा ही वेद कालीन प्रथा. शिस्तप्रिय, विनयशील व्यक्तित्व यातून तयार होते.

वैदिक श्लोकोमें कृतज्ञता का भाव मुख्य रूप से देखने को मिलता है। हम जिस किसी भी निसर्गदत्त वस्तु का उपयोग, उपभोग करते है उसके प्रति हमें कृतज्ञ होना चाहिए। सुबह उठकर सबसे पहले भगवान और धरती का ऋण मानकर ही दिन के कामका आरम्भ किया जाए यह वेदकालीन प्रथा है। इससे व्यक्तिमें विनम्रता और अनुशासन का विकास होता है।

प्रातः स्मरण

कराग्रे वसते लक्ष्मीः करमध्ये सरस्वती ।
करमूले तु गोविन्दः प्रभाते करदर्शनम् ।।

My finger tips are ascribed to Laxmi, The middle of the hands to Saraswati, and the root to Govinda. Therefore I look at my hands every morning to do the honest work.

प्रभाती दोन्ही हातांकडे पहात, हातांच्या अग्रभागी लक्ष्मी, मध्यभागी सरस्वती व मूळभागी श्रीकृष्ण असे प्रतिक मानून देव स्मरण करावे. (**पहीलेच मंगल स्मरण**)

प्रातःकालमे अपने हाथोंको देखिये । हाथोंके अग्रभाग लक्ष्मीका प्रतीक है। मध्यभाग सरस्वती का प्रतीक है। और निःशेष भाग कृष्ण का प्रतीक है.

समुद्रवसने देवी, पर्वतस्तनमण्डले ।
विष्णुपत्नि नमस्तुभ्यं पादस्पर्शं क्षमस्व मे ।।

O! mother earth, Who has the ocean as clothes and mountain and forest as her body, Who is wife of Lord Vishnu, I bow to you. Please forgive me for touching you with my feet.

समुद्राचे वस्त्र ल्यालेली, पर्वत व वनराजी जिचे शरीर आहे अशा विष्णुपत्नी पृथ्वीमाते माझ्या पायांच्या स्पर्शा बद्दल मला क्षमा कर.

समुद्र जिसका वस्त्र है, पर्वत और वन जिसका शरीर है, जो विष्णुकी पत्नि है, हे पृथ्वी देवी मेरे पैर स्पर्शकेलिये क्षमाकरें।

(**सकाळी उठल्यावर जमीनीवर,मायभूमीवर पाय ठेवावेच लागतात म्हणून तिची क्षमा मागणे हे हृद्य आहे.**)

ब्रह्मा मुरारिस्त्रिपुरान्तकारी भानुः शशी भूमिसुतोबुधश्च।
गुरुश्च शुक्रः शनिराहुकेतवः कुर्वन्तु सर्वे मम सुप्रभातम् ।।

Brahma, Vishnu, Shiva and the nine Grahas Sun, Moon,Mangal, Budha, Bruhaspati, Shukra, Shani, Rahu, Ketu, may all these make my morning auspicious.

मी माझी प्रभात मंगलमय करण्यासाठी, हे ब्रह्मा, विष्णु, महेश और नवग्रह सूर्य, चंद्र, बुध, गुरु, शुक्र, शनि, राहू, केतू, आपणांस मी विनंति करीत आहे.

(**सर्व ग्रहांचे कृतज्ञतापूर्वक स्मरण**)

हे ब्रह्मा, विष्णु, महेश और नवग्रह सूरज, चंद्र, बुध, गुरु, शुक्र, शनि, राहू, केतू आप मेरी प्रभात सुमंगल बनाएं।

आजीचे बोल

सकाळी ऊठोनी देवासी भजावे
गुरुसी वंदावे जीवे भावे.
वडिलांची आज्ञा घेतल्या वाचूनि
कोठे घरातून जाऊ नये.
खोटे कधी बोलू नये
चोरी कधी करु नये
कोणासंगे भांडू नये
गोड फार खाऊ नये
पाहीले ते मागू नये.
हे चित्ति जो धरी बोल
त्याचे कल्याण होईल.

सूर्य नमस्कार -आराधना

सर्व सृष्टी सुर्योदयाने जागृत होउन कार्यरत होते. पहाटे पासून सुर्योदया पर्यंतच्या काळाला अमृतवेळा म्हटले आहे. सूर्य जीवनावश्यक शक्तिदायी आहे. आपले जीवन शक्तिशाली व सतेज राखण्या करीता. हा व्यायाम व आराधना अत्यंत उपयोगी आहे.

सम्पूर्ण सृष्टि सूर्योदय से जागृत होकर कार्यरत होती है। प्रातःकाल से सूर्योदय तक के समय को अमृतकाल कहा जाता है। सूर्य जीवनदाता है। अपने जीवन को निरोगी और शक्तिशाली बनाने के लिये प्रातःकालीन व्यायाम और सूर्याराधन अत्यन्त उपयोगी है।

१ ॐ मित्राय नमः २ ॐ रवये नमः
३ ॐ सूर्याय नमः ४ ॐ भानवे नमः
५ ॐ खगाय नमः ६ ॐ पूष्णे नमः
७ ॐ हिरण्यगर्भाय नमः ८ ॐ मरीचये नमः
९ ॐ आदित्याय नमः १० ॐ सवित्रेय नमः
११ ॐ अर्काय नमः १२ ॐ भास्कराय नमः

Surya Namaskar consists of twelve yogasanas. After learning the action perfectly it should be done regularly at least twelve times or in multiples of it. It keeps you fit throughout your life. Recite the one name at every action to worship Sun God.

सूर्य नमस्कार हा बारा योगासने घडवतो. नमस्कार क्रिया शिकून नियमित केल्याने स्वाथ्य उत्तम राहाते. प्रत्तेक नमस्काराच्या वेळी एक नांवाचे उच्चारण करीत सूर्य आराधना करावी.

सूर्य नमस्कार क्रिया अच्छी तरहसे सीखें. हररोज बारह या अधिक बार नमस्कार करनेसे मनुष्य स्वस्थ रहता है। हर क्रिया के समय एक एक सूर्य नाम लेके आराधना करें।

संध्यादीप

शुभं करोति कल्याणं आरोग्यं धनसम्पदः।
शत्रुबुद्धि विनाशाय दीपज्योतिर्नमोऽस्तुते ।।

I bow to the evening Lamp lit before god in my home every day. The lamp which brings auspiciousness, prosperity, good health, abundance of wealth and destruction of evil thoughts.

हे सांजवाती तू जसा अंधार दूर करतेस व प्रकाश पसरवतेस तसे माझ्या मनातील वाईट विचारांचा नाश करून मला आरोग्य, धनसंपत्ति दे. माझे शुभ कर, कल्याण कर. मी तुला मनोभावे नमस्कार करीत आहे.
(**दीप स्मरण व शुभचिंतन**)

हे संध्या दीपज्योति आप जैसे अंधःकार दूर करके प्रकाश फैलाती हैं उसीतरह मेरे मनसे गलत विचारोंका नाश करके मुझे स्वस्थ आरोग्य, धनसंपत्ति दें, शुभ करें, कल्याण करें. मै आपको मनसे शरण हूँ।

सदा सर्वदा योग तुझा घडावा
तुझे कारणी देह माझा पडावा
उपेक्षु नको गुणवंता अनंता
रघुनायका मागणे हे चि आता
जय जय रघुवीर समर्थ.

दिव्या दिव्या दीपोत्कार
कानीं कुंडले मोती हार
दिव्याला पाहून नमस्कार
दिवा लावला तुळशीपाशी
उजेड पडतो विष्णु पाशी
माझा नमस्कार सर्व देवांसाठी.

विद्याभ्यासारंभः-

सरस्वति नमस्तुभ्यं वरदे कामरूपिणी ।
विद्यारम्भं करिष्यामि सिद्धिर्भवतु मे सदा ।।

O Goddess Saraswati, salutations to you, the giver of boons, the one who fulfills all desires. I begin my studies. May there always be accomplishments for me.

ज्ञान व मनोकामना पूर्ण करण्याचे वरदान देणारी सरस्वतीदेवी मी तुला नतमस्तक होऊन विद्याभ्यास सुरू करत आहे. मला माझ्या ज्ञानार्जनात परीपूर्णता दे.
(**विद्या देवीचे कृतज्ञता पूर्वक आवाहन**)

ज्ञानका वरदान देनेवाली और मनोकामना पूर्ण करनेवाली सरस्वतीदेवी मैं आपको नमस्कार करके विद्याभ्यास शुरु करता हूँ। मुझे पूर्ण यश दे।

स्नानप्रहर:-

गङ्गे च यमुने चैव गोदावरी सरस्वती ।
नर्मदे सिन्धु कावेरी जलेऽस्मिन् सन्निधिं कुरु ॥

In this water, I invoke the presence of holy waters from the rivers Ganga, Yamuna, Godavari, Saraswati, Narmada, Sindhu and Kaveri.

मी या स्नाना साठी घेतलेल्या पाण्याला शुद्ध करण्या करीता गंगा, यमुना, सरस्वती, नर्मदा, सिंधु, कावेरी या सर्व सरिताना पाचारण करतो.

(शरीर पवित्र, स्वच्छ करते वेळी सर्व पवित्र नद्यांचे स्मरण –आदरार्थी)

मैं इस स्नानार्थ लिये हुये जलको पवित्र करनेके लिये गंगा, यमुना, सरस्वती, नर्मदा, सिंधु, कावेरी नदीयोंको आदरपुर्वक बुलाता हूँ।

निद्रापूर्वः- ●●●

करचरणकृतं वाक्-कायजं कर्मजं वा ।
श्रवणनयनजं वा मानसं वाऽपराधम् ।
विहितमविहितं वा सर्वमेतत् क्षमस्व ।
जय जय करुणाब्धे श्रीमहादेव शम्भो ।।

Oh Lord kindly forgive my wrong actions done knowingly or unknowingly, either through my organs of action (hand, feet, speech) or through my organs of perception (eyes, ears) or by my mind. Glory unto Thee O Lord, who is the ocean of kindness.

आज माझ्या हात, पाय, कान, डोळे किंवा मन यामुळे कोणतेही दुःष्कृत्य घडले असेल तर हे करुणासागर शिवशंकरा मला क्षमा कर.

(**देवापुढे पूर्ण शरणागती**)

आज मेरे हाथ, पैर, वाचा, कान, आँख या मनसे कोई अपराध हुए हों तो, हे क्षमासागर महादेव शंभो मुझे क्षमा करो।

भोजन मंत्रः-

ॐ सह नाववतु । सह नौ भुनक्तु । सहवीर्यम् करवावहै ।

तेजस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ।

ॐ शांतिः शांतिः शांतिः ।।

Om, May Lord protect us, May He cause us to enjoy, May we exert together, May our studies be thorough and faithful, May we never quarrel with each other. Om Peace Peace Peace.

हे देवा आम्हीसर्व एकजुटीने राहावे, एकत्र जेवावे, एकजुटीने शौर्यवान व्हावे, तेजस्वि व विचारवंत व्हावे, (मनात) द्वेष भावना नाहीशी व्हावी ही प्रार्थना. सर्वत्र शांतिच शांति होईल.

मराठी प्रार्थना

वदनि कवळ घेता नाम घ्या श्रीहरीचे। सहज हवन होते नाम घेता फुकाचे।

जीवन करी जिवित्वा अन्न हे पूर्ण ब्रह्म। उदर भरण नोहे जाणिजे यज्ञ कर्म।

जय जय रघुवीर समर्थ।

(मैत्री, सहकार, एकात्म भावना रुजविण्यासाठी तंटा रहीत कौटुंबिक स्वास्थ्या साठी)

हे भगवान हम सब एकसाथ रहें, एकसाथ भोजन करें, शौर्य-वीरता एकसाथ दिखायें, तेजस्वि और विचारवंत बनें, आपसमे द्वेष न करें यही प्रार्थना. सभी शांति होगी.

शिव प्रार्थना

कर्पूरगौरं करुणावतारं संसारसारं भुजगेन्द्रहारम् ।
सदा वसन्तं हृदयारविन्दे भवं भवानीसहितं नमामि ।।

He who is fair like camphor, who is ever compassionate, by whose being the entire universe exists, around whose neck there is a garland of serpents, may he always live in my heart along with Bhavani, his consort. I bow down to him.

ज्याचा कपूरा सारखा गोरा वर्ण, जो दया-क्षमा यांचा अवतार, जो सृष्टीचा विधाता, जो माझ्या हृदयात वसंत बहरवित आहे अशा शीवशंकराला भवानि माते सहित नमस्कार करतो.

जो कपूर जैसे गौर वर्णका है, जो करुणाका अवतार है, जो इस सृष्टीका सभीकुछ है, जिसके गलेमें नागोंका हार है, ऐसे शिव जो मेरे हृदय में बसे हैं, उन्हें और भवानी माताको मैं नमन करता हूँ।

ॐ त्र्यंबकं यजामहे सुगन्धिम् पुष्टिवर्धनम्
उर्वारुकमिव बंधनन् मृत्योर्मुक्षीय मामृतात् ।

I worship the fragrant three-eyed one who nourishes all beings; grant me liberation in the same manner as a ripe cucumber naturally severs itself from the vine.

जसे वेलीचे खरबूज पिकून सुगंधित होते व (एक दिवशी) वेलीच्या देठा पासून अलगद वेगळे होते तसेच माझे जीवन (दुःख विरहित) पूर्ण व्हावे व आत्म्याला मोक्षाचा अमृत अनुभव मिळावा म्हणून हे त्रिनेत्रि शंकरा मी तुझी आराधना करीत आहे.

मैं त्रीनेत्रवाले भगवान शंकरजी का ध्यान करता हूँ। जैसे बेलका फल पूर्ण परीपक्व होकर अपनी सुगंध फैलाता है और (एकदिन) बेलसे अलग होता है वैसेही मुझे इस जीवनसे (यातनारहित) मुक्त करें और मोक्षके अमृतका अनुभव दें।

सरस्वती प्रार्थना

या कुन्देन्दु तुषारहार धवला या शुभ्रवस्त्रावृता ।
या वीणावरदण्डमण्डितकरः या श्वेतपद्मासना ।।
या ब्रह्माऽच्युतशंकरप्रभुतिभिर्देवैः सदा वन्दिता ।
सा मां पातु सरस्वती भगवती निःशेषजाड्या पहा ।।

Fair as a jasmine flower, the moon or a flake of snow, dressed in white, Her hands adorned by the graceful veena staff, seated on a white lotus, Adored by Brahma, Vishnu, Shiva, and the other deities,Protect me, Oh Goddess Saraswati, remover of ignorance inert.

जिचे चंद्रासारखे तेज व तसाचवर्ण आहे, शुभ्र वस्त्र नेसून, हातात वीणा घेउन जी शुभ्र कमळावर बसली आहे, जिला ब्रह्मा, विष्णु, व सर्व देव आदराने वंदन करतात, त्या अज्ञानचा अंधःकार दूर करणाऱ्या
सरस्वती देवी माझे रक्षण कर.

जो चंद्रमाके प्रकाश जैसी गौर वर्णकी, जिसने शुभ्र वस्त्र धारण किया, जिसके हाथोंमे वीणा है, जो शुभ्र कमलपर बैठी, जो ब्रह्मा, विष्णु, और अन्य देवताओंसे वंदित, वह अज्ञानकी जडता नाश करनेवाली सरस्वती देवी मेरी रक्षा करे।

शक्तिमाता प्रार्थना

सर्व मंगल मांगल्ये शिवे सर्वार्थ साधिके ।
शरण्ये त्र्यम्बके गौरी नारायणी नमोऽस्तुते ।।

Adorations to Goddess who is the auspiciousness of all that is auspicious, who is the consort of Lord Shiva, who is the bestower of every desire of one's heart. Adorations to You O Devi, I have taken refuge in you.

सर्वांचे कल्याण व मंगल करणाऱ्या, सर्वेच्छा पुरी करणाऱ्या हे शिवपत्नि गौरी-नारायणी मी तुला शरण येत आहे, माझा नमस्कार मानून घे.

सभीप्रकारसे मंगलमय और कल्याणकारी, सभी ईच्छाओंको पूरा करनेवाली शिव पत्नी गौरी-नारायणी को मैं शरण हूँ। नमस्कार करता हूँ।

या देवी सर्व भूतेषु शक्तिरूपेणु संस्थिता ।
नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ।।

O! mother, Who is present everywhere, who is embodiment of power and energy, I bow to you, I bow to you, I bow to you.

जी देवी शक्ति रुपात सर्व प्राणिमात्रात भरलेली आहे, त्या देवीला शतशः नमस्कार.

जो देवी शक्तिके रूपमे सभी प्राणियोंमे बसी है, उस देवीको मेरा बार बार नमस्कार।

विष्णु प्रार्थना

शांताकारं भुजगशयनं पद्मनाभं सुरेशं ।
विश्वाधारं गगन सदृशं मेघवर्णं शुभांग्ङम् ।
लक्ष्मीकान्तं कमलनयनं योगिभिर्ध्यानगम्यम् ।
वन्दे विष्णुं भवभयहरं सर्वलोकैकनाथम् ।।

I adore Lord Vishnu who is the embodiment of peace, who lies on the Shesha serpent, whose navel is the source of the Lotus, whose complexion is swarthy like the clouds, whose body shines with heavenly beauty, who is the beloved of Goddess Lakshmi, whose eyes are like lotus, who is meditated upon by the yogis, who is the remover of the fear of the world-process.

हे शांतिस्वरुप, शेषनागावर पहुडलेला, नाभीमध्यें कमळ उगवलेला, सृष्टीचा भार सांवरणारा जो आकाशा प्रमाणेच विशाल, सावळ्या कांतिचा, योगी ज्याचे नित्य स्मरण करतात, या भवसागरातले भय घालवणारा, सर्व त्रिलोकाचा अधिपति – लक्ष्मीपति विष्णु तुला प्रणिपात.

जो शांतिका स्वरुप है, जो शेष नागपर लेटा है, जिसकी नाभीसे कमल निकला है, जिसने सृष्टिका भार संभाला है, जो आकाशके समान विशाल है, जिसका वर्ण बादलों जैसा (सांवला) है, लक्ष्मीपति जिसके नेत्र कमल जैसे हैं, योगी जिसका ध्यान करते हैं, जो विश्वसे भय हटाता है, जो सर्व लोकका स्वामी है उसे मै वंदन करता हूँ।

कायेन वाचा मनसेन्द्रियैर्वा बुध्दयात्मना वा प्रकृते स्वभावात् ।
करोमि यद्यत् सकलं परस्मै नारायणायेति समर्पयामि ।।

I dedicate everything to that supreme Lord Narayana; whatever I perform with my body, speech, mind, limbs, intellect or my inner self either intentionally or unintentionally.

मी शरीर, मन, वाणी, बुद्धिने जाणता, अजाणता केलेली माझी सर्व कर्मे नारायणाला अर्पण करतो.

मैं तन, मन, वाणी, बुद्धि से, जाने, अनजानेमें किये सभी कर्म नारायणको समर्पित करता हूँ।

कृष्ण प्रार्थना

वसुदेवसुतं देवं, कंसचाणूरमर्दनम् ।
देवकीपरमानन्दं, कृष्णं वन्दे जगद्-गुरुम् ।।

I bow to you O Krishna, the Supreme Guru, Son of Devaki and Vasudeva, the remover of Kamsa and Chanur.

वसुदेवाचा पुत्र, कंस व चाणूराचा वध करणारा, देवकीचा श्रेष्ठ आनंद अशा जगद्गुरु कृष्णाला नमस्कार.

वसुदेवके पुत्र, कंस और चाणूरका वध करनेवाले, देवकी के श्रेष्ठ आनंद, जगद् गुरु कृष्ण को वंदन।

आकाशात् पतितं तोयं यथा गच्छति सागरम् ।
सर्वदेव नमस्कारं केशवं प्रतिगच्छति ।।

Just as every rain drop that falls from the sky flows into the Oean, in the same way every prayer offered to any Deity flows to Lord Krishna.

जसे पावसाचे पाणी शेवटी समुद्राला मिळते, त्याच प्रमाणे कोणत्याही देवाची केलेली प्रार्थना शेवटी श्रीकृष्णालाच पोहोचते.

जैसे आकाशसे बरसता (बारीशका) पानी अंतमें समुद्रको मिलता है, वैसेही किसीभी देवताकी की गयी प्रार्थना श्रीकृष्णको ही जाती है।

श्रीराम प्रार्थना

रामाय रामभद्राय रामचन्द्राय वेदसे ।
रघुनाथाय नाथाय सीतायाः पतये नमः ।।

My salutations to Lord Sri Ram, the protector of all, one who knows all, the descendent of the Raghu dynasty. the husband of Sita and the Lord of the entire universe.

सर्वज्ञानी, सर्वांचा रक्षणकर्ता, रघुकुलाचा सुपुत्र, सीतेचा पति, अशा रामाला नमस्कार करतो.

सबके रक्षक, सब जाननेवाले (सर्वज्ञानि) रामको, रघुकुलके नाथको, सीता के पति को मेरा नमस्कार।

श्री रामचन्द्रचरणौ मनसा स्मरामि ।
श्री रामचन्द्रचरणौ वचसा गृणामि ।
श्री रामचन्द्रचरणौ शिरसा नमामि ।
श्री रामचन्द्रचरणौ शरणंप्रपद्ये ।।

I worship the feet of Sri Ramchandra ji in my mind, I worship his feet with my speech, I bow my head to his feet with great reverence, I surrender myself to his presence.

मी श्रीरामाची मनात स्मरून पूजा करतो. मी श्रीरामाला वाचेतून पुजतो. मी श्रीरामाच्या पावलांवर डोके ठेवून पूजा करतो. मी श्रीरामाला पूर्ण शरणागत आहे.

मैं श्रीरामजीके चरणकी मनमें पूजा करता हूँ। मैं श्रीरामजीके चरणकी वाणीसे पूजा करता हूँ। मैं श्रीरामजीके चरणमें सीर झुकाकर पूजा करता हूँ। मैं रामजीके चरणमें शरण लेता हूँ।

हनुमान प्रार्थना

मनोजवं मारुततुल्यवेगं जितेन्द्रियं बुद्धिमतां वरिष्ठम् ।
वातात्मजं वानरयूथमुख्यं श्रीरामदूतं शरणंप्रपद्ये ।।

I salute Hanumaan, who travels as fast as the mind and the wind, who has mastered his sense organs, who is the best among the intelligent, who is the son of the wind God, who is the commander-in-chief of the army of vaanaras, and who is the messenger of Sri Ram.

ज्याचा वेग मन आणि वाऱ्या सारखा आहे, ज्याने आपली इंद्रिये वश केली आहेत, जो श्रेष्ठ बुद्धिवान आहे, वायुपुत्र, वानर सेनेचा प्रमुख, रामाचा दूत, अशा श्री हनुमानला मी शिरसाष्टांग नमस्कार करतो.

जिसकी गति मन और वायु जैसी तेज है, जिसने अपनी इंद्रियोंको वशमें रखाहै, जो बुद्धिसे महान है, पवन पुत्र, वानर सेनाके प्रमुख, श्रीरामके दूत, हनुमानको मैं सिरसे नमस्कार करता हूं।

ईश वंदना

ईषावास्यमिदं सर्वं यत्किंच जगत्याम् जगत् ।
तेन त्यक्तेन भूञ्जीथाः मा गृधः कस्यस्विद् धनम् ।।

All this whatsoever moves in this universe including the universe, itself moving, is indwelt or pervaded or enveloped or clothed by the Lord. That renounced, thou shouldst enjoy. Covet not any body’s wealth

हे विश्वात जे कांही चालते आहे, फिरते आहे, छोट्या अथवा मोठ्या घटना, स्वतः विश्वचक्र, हे ईश्वराने आच्छादलेले आहे, ईश्वराने ल्यालेले आहे, विश्वात (छोट्या कणातसुद्धा) ईश्वर आहे. (या चक्रात) जे त्यागतोस त्याचा आनंद मान. कोणाच्याही संपत्तिची हांव करु नकोस.

इस विश्व में छोटेसे बडे तक जो कुछ हो रहा है, चल रहा है, यह पूर्ण विश्व चलायमान है, वह ईश्वरद्वारा आच्छादित है। विश्वही ईश्वरने पहना है। उसीमें ईश्वर है। (इसलिये) त्यागते हो उसका आनन्द मानो। किसीकी संपत्तिकी ईर्षा मत करो।

यं ब्रह्मा वरुणेन्द्र रुद्र मरुतः स्तुवन्ति दिव्यै स्तवैः ।
वेदैः साङ्गपदक्रमोपनिषदै गायन्ति यं सामगाः ।
ध्यानावस्थित तग्दतेन मनसा पश्यन्ति यं योगिनो ।
यस्यान्तं न विदुः सुरः सुरगणाः देवाय तस्मै नमः ।।

Salutations to that God whom Brahma, Varuna, Indra, Rudra, and Marut praise with divine hymns, whom the singers of Sama Veda invoke by the Vedas And the related branch of Knowledge ,the Upanishads, whom the Yogis see with their minds focused on Him in meditation, whose limit the Devas and Asuras do not know.

ब्रह्मा, विष्णु, ईन्द्र, रुद्र आणि वायु ज्याची स्तुति करतात, सामवेदी आणि उपनिषद गायक ज्याचे गुणगान करतात, ज्याला योगी ध्यानावस्थेत पहातात, ज्याची सीमा सुर आणि असुराना गवसली नाही त्या श्रेष्ठ देवाला मी नमस्कार करतो,

जिसकी ब्रह्मा, विष्णु, ईन्द्र, रुद्र, और वायु स्तुति करते हैं, जिसका सामवेदी और उपनिषद् गायक गायन करते हैं, जिसको योगी ध्यानावस्थामें देखते हैं, जिसकी सीमा सुर और असुर नहीं जानते, उस देवता को मेरा नमस्कार।

मूकं करोति वाचालं पंङ्गुमलंघयते गिरिम् ।
यत्कृपा तमहं वन्दे परमानन्द माधवम् ।।

By your blessings, a mute becomes talkative and a lame climbs a mountain. O Eternally Blissful Madhava, I offer my salutations

ज्याच्या कृपेने मुका बोलू लागतो, अपंग लंगडा पर्वत पार करु शकतो, अशा परम् आनंददायी माधवाला माझा नमस्कार.

(**या प्रार्थना आपल्या भक्ति स्थानाप्रमाणे वापरव्यात. व्यक्तित्व विचारवंत व चिंतनशील होते. ईश वंदना ही जरुर करावी ती वैदिक कालची आहे निसर्गाला महत्व देणारी आहे.**)

जिसकी कृपासे मूक बातें करने लगता है, अपंग पर्वत पार कर सकता है, ऐसे परम् आनंददायी माधवको मैं वंदन करता हूं।

मंत्र

या नंतरच्या मंत्रांच्या अर्थावरून समजतेच- प्रसन्न व्यक्तित्व, कृतज्ञता, भक्ति, आदर, सहजीवन, ज्ञानलालसा असे विविध गुण मंत्रांमुळे आत्मसात करता येतात. शांत व प्रसन्न जीवन व आरोग्यासाठी फार उपयोगी आहेत.

गायत्रि मंत्र

ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं।

भर्गोदेवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात् ।।

Let us meditate upon the glory of Ishwar, who has created this universe, who is fit to be worshipped, who is the remover of all sins and ignorance. May He enlighten our intellect.

या तेजोमय ईश्वराची आपण भक्ति करुया, ज्याने ही सुंदर विश्वसृष्टि निर्मिली आहे, जो ध्यान करण्या सारखा आहे. तो आमच्या बुद्धिला प्रेरणा देवो.

हम इस तेजस्वी ईश्वरका ध्यान करते हैं, जिसने इस विश्वसृष्टि का निर्माण किया है।(इसलिये) ध्यान करने योग्य है। वह हमारे बुद्धिको प्रेरणा दे।

शांती मंत्र

ॐ सर्वेषां स्वस्तिर्भवतु। सर्वेषां शान्तिर्भवतु ।
सर्वेषां पूर्णं भवतु। सर्वेषां मंगलं भवतु ।
ॐ शांतिः शांतिः शांतिः ।।

May all be auspicious, may all attain peace, let there be fullness and contentment all over, may all be blessed. Om peace, peace, peace.

सर्व प्राणी आनंदी होवोत. सर्वांना शांति लाभो. सर्वांच्या इच्छा पूर्ण होवोत. (परिणामे) सर्वत्र परम् शांति होवो.

सभी प्राणीमात्र स्वस्थ बनें। सभीको शांति मिले। सबकी ईच्छायें पूरी हों। सभीका कल्याण हो। सर्वत्र शांतिहि शांति हो।

ॐ सर्वे भवन्तु सुखिनः। सर्वे सन्तु निरामयाः ।
सर्वे भद्राणि पश्यन्तु। मा कश्चित् दुखभाग्भवेत ।
ॐ शांतिः शांतिः शांतिः ।।

May everybody be happy. May everybody be free from disease. May everybody have good luck. May none fall on evil days.

सर्व प्राणीमात्र सुखी होवोत. सर्व रोगमुक्त राहोत. सर्वांना सुंदर भविष्य दिसो. कुठेही कधीही दुःख नसो. सर्वत्र परम् शांति हो.

सभी प्राणी सुखी बने. सभी रोगरहित हो. सभी सुंदर भवितव्य देखें. कहिभी कभिभी दुःख ना हो. सर्वत्र शांतिहि शांति हो.

ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात् पूर्णमुदच्यते ।

पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिष्यते ।।

ॐ शांतिः शांतिः शांतिः ।।

That is perfect. This is perfect. Out of perfect only perfect comes. Even after taking perfect out of perfect, that is perfect which remains.

ते पूर्ण आहे. हे पूर्ण आहे. पूर्णात पूर्ण गेले तर पूर्णच होते. पूर्णातून पूर्ण काढले तरी पूर्णच राहाते.

वह पूर्ण है। यह पूर्ण है। पूर्ण पूर्णमें जाये (डाले) तो पूर्णही होता है। पूर्णसे पूर्ण निकालो तो पूर्णही रहता है।

ॐ असतो मा सद् गमय । तमसो मा ज्योतिर्गमय ।

मृत्योर्माऽमृतम् गमय । ॐ शांतिः शांतिः शांतिः ।।

Lead me from the unreal to the real; from darkness (ignorance) to light (knowledge); and from death to immortality.

ओम् (हे विश्वरुप परमात्मा). वाईट मार्गा पासुन चांगल्या मार्गावर ने. (अज्ञानरुपी) अंधारापासून (ज्ञानरुपी) प्रकाशाकडे ने. मृत्यु नंतर मोक्षाच्या अमृतात जाऊ दे.

ओम् (हे विश्वस्वरुप परमात्मन्)। बुराईसे अच्छाईकी तरफ जायें। अंधःकारसे प्रकाशकी तरफ जायें। मृत्यु से मुक्ति का अमृत पायें। (चिरंजिवी हो जायें।).

ॐ शं नो मित्रः शं वरुणः । शं नो भवत्वर्यमा । शं न इन्द्रो बृहस्पतिः ।
शं नो विष्णुरुरुक्रमः । नमो ब्रह्मणे । नमस्ते वायो ।
त्वमेव प्रत्यक्षं ब्रह्मासि । त्वमेव प्रत्यक्षं ब्रह्म वदिष्यामि । ऋतं वदिष्यामि ।
सत्यं वदिष्यामि । तन्मामवतु । तद्वक्तारमवतु । अवतु माम् । अवतु वक्तारम् ।
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।।

May the Sun God give us auspiciousness. May the Ocean God give us auspiciousness. May the Lord of Manes give us auspiciousness. May the King of Gods give us auspiciousness. May the all pervasive sustainer of creation, Lord Vamana give us auspiciousness. Salutations to the creator. Salutations to you, O Wind God, You indeed are the perceptible truth. I declare you to be the right understanding. I understand you to be truthfulness in speech. May He protect me. May He protect the teacher. Om peace, peace, peace.

सर्वांसाठी सुर्य, वरुण, पित्रुलोकाचे स्वामि (सुर्य मंडळाचे स्वामि), ईन्द्र, बृहस्पति आणि विष्णु हे सुखकारी, कल्याणकारी होवोत. हिरण्यगर्भातून सृष्टि निर्मात्या ब्रह्मा तुला नमस्कार. वायुदेवते तुला नमस्कार. मी तुलाच साक्षात् ब्रह्म म्हणेन, तुलाच साक्षात् सत्य म्हणेन. (हे वायुदेवते) माझे व माझ्या आचार्यांचे कार्यकळांत व फळकाळांत रक्षण कर.

हमारेलिये सूरजदेवता, ऋतु देवता, पितृलोक के स्वामी, इंद्र, बृहस्पति और विष्णु सुखकारी, कल्याणकारी हों। हे (हिरण्यगर्भ)* ब्रह्म तुझे नमस्कार। हे वायु तुझे नमस्कार। आप तो प्रत्यक्ष ब्रह्म हो। आपको ही (मैं) साक्षात ब्रह्म कहूँ। आपकोही सत्य कहूँ। (हे ब्रह्मरुपी वायु) आप मेरा और आचार्य का (साधनकालमें और फलकालमें) रक्षण करे।

काले वर्षतु पर्जन्यः पृथ्विवी सस्यशालिनी ।
देशोऽयं क्षोभरहितः ब्राह्मणाः सन्तु निर्भयाः ।।

May the clouds rain at the proper time. May the earth produce grains. May this country be free from famine. May men of contemplation be fearless.

पाउस वेळेवर पडो. जमिन धान्य उपजावो. ही धरती दुःष्काळ मुक्त हो. साधु संत भयमुक्त हो.

बादल समयसर बरसे। भूमि अन्न पैदा करे। ये देश अकाल रहित हो। साधु संत भयमुक्त हो।

दीक्षा

सत्यं वद। धर्मं चर । स्वाध्यायान्मा प्रमदः ।
सत्यान्न प्रमदितव्यम् । धर्मान्न प्रमदितव्यम् ।
कुशलान्न प्रमदितव्यम् । भूत्यै न प्रमदितव्यम् ।
स्वाध्यायप्रवचनाभ्यां न प्रमदितव्यम् ।।

Speak what is true. Do your duties. Continue, without neglect, the daily study of the Veda. Do not swerve from Truth and Dharma, and do something useful in the social economy. Achieve greatness, and do not fail to refresh your memory in respect of what you have learnt.

सत्य बोला. धर्म पाळा. सतत कर्तव्यरत रहा. सत्य व धर्मापासून दूर होऊ नका. कौशल्यप्राप्ति (ज्ञानप्राप्ति) पासून दूर होऊ नका. सेवाभावा पासुन दूर जाऊ नका. ज्ञानार्जनाच्या प्रवचना पासून दूर जाऊ नका.

सत्य बोलो। धर्मका आचरण करो। सतत (वेद अभ्यास) स्वाध्याय करो। सत्य और धर्मसे न भटको। कौशल्यसे (प्राप्त करनेसे) दूर न जाओ। सेवा करनेसे दूर न रहो। अभ्यास प्रवचनसे दूर न रहो।

देवपितृकार्याभ्यां न प्रमदितव्यम् ।
मातृदेवो भव। पितृदेवो भव ।
आचार्यदेवो भव। अतिथिदेवो भव ।
यान्यनवद्यानि कर्माणि
तानि सेवितव्यानि, नो इतराणि ।
यान्यस्माकं सुचरितानि
तानि त्वयोपास्यानि नो इतराणि ।
ये के चासमच्छ्रेयांसो ब्राह्मणाः
तेषां त्वयाऽऽसनेन प्रश्वसितव्यम्।

Remember the Gods and your ancestors. Look upon your mother as God. Look upon your father as God. Honor your teacher as God. Honor your guest as if God came to receive your attention. May you ever exercise your understanding, and, distinguishing the good from the blame-worthy avoid the latter, and ever do what is good. Follow all that was good in your teacher's life, not any other. You will meet with better men and women than even the teachers with whom you have lived. Show them due respect.

देव व वडीलमंडळीं बद्दलचे कर्तव्य विसरू नका. आई देव समान आहे. वडील देव समान आहेत. गुरुजी देव समान आहेत. दारी आलेला पाहुणा देव समान आहे. विवेक बाळगून चांगले व वाईट काय ते ठरवून चांगलेच कार्य करा. आपल्या गुरुजींचे सद्गुण आत्मसात करा. कोणीही चांगली (संत, ज्ञानी) व्यक्ति भेटली तर तिचा यथोचित सन्मान करा.

देवताओं और पितरों के प्रति कर्तव्य को ना भूलो। माता भगवानका रूप है। पिता भगवानका रूप है। आचार्य (शिक्षक) भगवानका रूप है। अतिथि भगवानका रूप है। विवेकपूर्ण अच्छे कर्म करो बुरे नहीं। अपने आचार्यके सद्गुण अपनाओ। अच्छे व्यक्ति मिलें तो उनका यथाचित सम्मान करो।

विश्व शांति प्रार्थना

सर्व मांगल्याम, देविम् सर्वार्थ साधिकाम् ।
शरण्याम् सर्वभूताम् नमामो भूमिमातरम् ।।

We bow to the Goddess Mother Earth, who is the abode of bounteous blessings, the fulfiller of all needs and the ultimate refuge of all beings.

आम्ही पृथ्वी मातेचे गुणगान करतो. जी सर्वांचे कल्याण करते. जी सर्वांच्या इच्छा पुर्ण करते. सर्व प्राण्याना निवारा देते.

हम भूमि माता का नमन करते हैं। जो सबका मंगल करती है, सबकी इच्छाओंकी पूर्ति करती है, और सभी प्राणीयोंको शरण देती है।

सच्चिदानन्द रूपाय, विश्वमंगल हेतवे ।
विश्वधर्म एकमूलाय, नमोस्तु परमात्मने ।।

Our obeisance to the Almighty, who is the manifestation of truth, consciousness and bliss, andthe only source of all universal (Vishva) well-being and Dharma.

जो विश्वाचा कल्याणकर्ता आहे. (इथे कल्याणकर्त्याचा अर्थ जो सत्य, ज्ञान, परमसौख्य व परमआनंद देणारा असा). जो चालत्या विश्व नियमांचा मूलभूत आधार आहे. त्या सत्, चित्, आनंदरुपी परमात्म्याला माझा प्रणिपात.

जो विश्व कल्याणकारी है। (जो सत्य, ज्ञान, परमसौख्य, परमआनंद देता है।) जो विश्व चलानेवाले नियमोंका एकमेव आधार है। उस सत्, चित्, आनंद रुपी परमात्मा को नमस्कार है।

ॐ विश्वम् शान्तिमस्तु। ॐ विश्वम् शान्तिमस्तु।
ॐ विश्वम् शान्तिमस्तु। ॐ विश्वम् शान्तिमस्तु।

Almighty God let there be long lasting peace in the universe.

हे परम् विधाता, सर्व विश्व शांत स्वस्थ होऊ दे. सर्वत्र शांति पसरु दे.

हे परम् विधाता, पूर्ण विश्व शांत स्वस्थ होने दो। विश्वमें शांतिहि शांति हो.

पूर्ण गुरुस्तोत्र

अखण्डमंडलाकारं व्याप्तं येन चराचरम् ।
तत्पदं दर्शितं येन तस्मै श्रीगुरुवे नमः ।।

अज्ञानतिमिरान्धस्य ज्ञानाञ्जनशलाकया ।
चक्षुरुन्मीलितं येन तस्मै श्री गुरुवे नमः ।।

गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुर्गुरुर्देवो महेश्वरः ।
गुरुः साक्षात् परब्रह्म तस्मै श्री गुरवे नमः ।

स्थावरं जङ्गमं व्याप्तं यत्किञ्चित्सचराचरम् ।
तत्पदं दर्शितं येन तस्मै श्रीगुरुवे नमः ।।

चिन्मयं व्यापियत्सर्वं त्रैलोक्यं सचराचरम् ।
तत्पदं दर्शितं येन तस्मै श्री गुरुवे नमः ।।

सर्वश्रुतिशिरोरत्नविराजितपदाम्बुजः ।
वेदान्ताम्बुजसूर्यो यः तस्मै श्री गुरुवे नमः ।।

चैतन्यः शाश्वतः शान्तो व्योमातीतो निरञ्जनः।
बिन्दुनादकलातीतः तस्मै श्री गुरुवे नमः ।।

ज्ञानशक्तिसमारूढः तत्वमालाविभूषितः ।
भुक्तिमुक्तिप्रदाता च तस्मै श्री गुरुवे नमः ।।

अनेकजन्मसम्प्राप्तकर्मबन्धविदाहिने ।
आत्मज्ञानप्रदानेन तस्मै श्री गुरुवे नमः ।।

शोषणं भवसिन्धोश्च ज्ञापनं सारसम्पदः ।
गुरोः पादोदकं सम्यक् तस्मै श्री गुरुवे नमः ।।

न गुरोरधिकं तत्वं न गुरोरधिकं तपः ।
तत्वज्ञानात्परं नास्ति तस्मै श्रीगुरुवे नमः ।।

मन्नाथः श्रीजगन्नाथो मद् गुरुः श्रीजगद्गुरुः ।
मदात्मा सर्वभूतात्मा तस्मै श्री गुरुवे नमः ।।

गुरुरादिरनादिश्च गुरुः परमदैवतम् ।
गुरोः परतरं नास्ति तस्मै श्रीगुरुवे नमः ।।

त्वमेव माता च पिता त्वमेव
त्वमेव बंधुश्च सखा त्वमेव ।
त्वमेव विद्या द्रविणं त्वमेव
त्वमेव सर्वं मम देव देव ।।

ब्रह्मानन्दं परमसुखदं केवलं ज्ञानमूर्तिं
द्वन्द्वातीतं गगनसदृशं तत्वमस्यादिलक्षम् ।
एकं नित्यं विमलमचलं सर्वधीसाक्षिभूतं
भावातीतं त्रिगुणरहितं सद्गुरुं तं नमामि ।।

गीतेतील महत्वाचे श्लोक

मराठी गीताई श्लोक व गद्य अर्थ

(आपल्या धर्मग्रंथाची ओळख म्हणून.)

-धृतराष्ट्र-

धर्मक्षेत्रे कुरुक्षेत्रे समवेता युयुत्सवः।
मामकाः पाण्डवाश्चैव किमकुर्वत सञ्जय ।।१।।१

त्या पवित्र कुरुक्षेत्रि पाण्डुचे आणि आमुचे
युद्धार्थ जमले तेंव्हा वर्तले काय संजया ।।१।।

धृतराष्ट्र संजयला विचारतात- त्या पवित्र कुरुक्षेत्रावर पांडव आणि माझे पुत्र कौरव यांचे युद्ध ठाकले आहे तेथे काय चालले आहे.

-श्रीकृष्ण-

य एनं वेत्ति हन्तारं यश्चैनं मन्यते हतम् ।
उभौ तौ न विजानीतो नायं हन्ति न हन्यते ।।

ज़ो म्हणे मारीतो आत्मा आणि ज़ो मरतो म्हणे
दोघे न ज़ाणती कांहीं न मारी न मरे चि हा।।१९।।२

कांही लोक या आत्म्याला मारणारा समजतात किंवा कांही त्याला मरणारा समजतात. दोन्ही अज्ञानीच होत. कारण आत्मा कधिही मारत नाही की मरत नाही.

न जायते म्रियते वा कदाचिन्नायं
भूत्वा भविता वा न भूयः ।
अजो नित्यः शाश्वतोऽयं पुराणो
न हन्यते हन्यमाने शरीरे ॥

न जन्म पावे न कदापि मृत्यु, होऊनि मागे पुढें न होय
आला न गेला स्थिर हा पुराण मारोत देहास परी मरे ना॥२०॥२

आत्म्याला जन्म नाही मृत्युहि नाही. जो झाला आहे तो परत उत्पन्न होणारा नाही. हा फार पुराण काळापासून आहे. शरीर जरी मारले (मेले) तरी हा मारला जात नाही.

वासांसि जीर्णानि यथा विहाय
नवानि गृह्णाति नरोऽपराणि ।
तथा शरीराणि विहाय
जीर्णान्यन्यानि संयाति नवानि देही ॥

सांडुनिया जर्जर जीर्ण वस्त्रें मनुष्य घेतो दुसरीं नविन
तशीं चि टाकूनि जुनी शरीरें आत्मा हि घेतो दुसरीं निराळीं॥२२॥२

जसे जुनी वस्त्रे टाकून मनुष्य दुसरी नवीन वस्त्रे घालतो त्याच प्रमाणे आत्मा जुने शरीर सोडून नवीन शरीरांत जातो.

नैनं छिन्दन्ति शस्त्राणि नैनं दहति पावकः ।
न चैनं क्लेदयन्त्यापो न शोषयति मारुतः ।।
शस्त्रें न चिरिती ह्यास ह्यास अग्नि न जाळितो
पाणी न भिजवी ह्यास ह्यास वारा न वाळवी।।२३।।२

आत्म्याला शस्त्रे कापू शकत नाहीत. अग्नि जाळू शकत नाही. पाणी भिजवु शकत नाही की वारा वाळवू शकत नाही.

कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन ।
मा कर्मफलहेतुर्भूर्मा ते सङ्गोऽस्त्वकर्मणि ।।
कर्मांत चि तुझा भाग तो फळांत नसो कधीं
नको कर्म-फळीं हेतु अकर्मी वासना नको।।४७।।२

तुला कर्म करण्याचाच अधिकार आहे. त्याच्या फळाचा कधीच नाही. तू फळांची आशा धरु नको की कर्म न करण्याचा विचारहि करू नको.

कर्मजं बुद्धियुक्ता हि फलं त्यक्त्वा मनीषिणः ।
जन्मबन्धविनिर्मुक्ताः पदं गच्छन्त्यनामयम् ।।
ज्ञानी समत्व बुद्धिने कर्माचे फळ सोडुनी
जन्माचे तोडिती बंध पावती पद अच्युत।।५१।।२

समबुद्धिने ज्ञानी कर्म फळाचा विचार करीत नाहीत. त्यामुळे ते पुनर्जन्माचे बंध कायमचे तोडून मुक्त होउन परमपदाला पोहोचतात.

नास्ति बुद्धिरयुक्तस्य न चायुक्तस्य भावना ।
न चाभावयतः शान्तिरशान्तस्य कुतः सुखम् ।।
आयुक्तास नसे बुद्धि त्यामुळें भावना नसे
म्हणूनि न मिळे शांति शांतीविण कसें सुख।।६६।।२

अयुक्त म्हणजे मन व इंद्रिये न जिंकणाऱ्यापाशी निश्चय नसतो, मनांत आस्तिक भाव नसतो. म्हणुन त्याला शांति मिळत नाही. शांति न मिळणाऱ्याला सुख कुठुन मिळणार

या निशा सर्वभूतानां तस्यां जागर्ति संयमी ।
यस्यां जाग्रति भूतानि सा निशा पश्यतो मुनेः।।
सर्व भूतांस जी रात्र जागतो संयमी तिथें
सर्व भूतें जिथें जागीं ज्ञानी योग्यास रात्र ती।।६९।।२

सर्व प्राणीमात्रास जी रात्र(निराशा) वाटते अशा वेळी संयमी योगी नित्य ज्ञान परमानंदाच्या प्रकाशात असतो. पण सर्व प्राणी (पापांच्या मोहाच्या) दिवसात दंग असतात ती संयमी योगीची रात्र असते.

सहयज्ञाः प्रजाः सृष्ट्वा पुरोवाच प्रजापतिः ।
अनेन प्रसविष्यध्वमेष वोऽस्त्विष्टकामधुक् ।।
पूर्वी प्रजेसवे ब्रह्मा यज्ञ निर्मुनि बोलला
पावा उत्कर्ष यज्ञाने हा तुम्हा काम-धेनु चि।।१०।।३

कल्पारंभी हिरण्यगर्भातून सृष्टी व प्रजा निर्माण करुन ब्रह्मदेवाने त्याना सांगीतले की तुम्ही या (कर्मयोगरुपी) यज्ञाच्या मार्गी आपला उत्कर्ष करा. हा यज्ञ तुमचे इच्छित पुरे करणारी कामधेनुच आहे.

देवान्भावयतानेन ते देवा भावयन्तु वः ।
परस्परं भावयन्तः श्रेयः परमवाप्स्यथ ।।
रक्षा देवांस यज्ञाने तुम्हा रक्षोत देव ते
एकमेकास रक्षूनि पावा कल्याण सर्व हि।।११।।३

या यज्ञाने तुम्ही देवाना बलशाली करा देव तुम्हालाही बलशाली करतील. या प्रमाणे एकमेकास सहाय्यभूत होऊन परमकल्याण प्राप्त करा.

न मे पार्थास्ति कर्तव्यं त्रिषु लोकेषु किञ्चन ।
नानवाप्तमवाप्तव्यं वर्त एव च कर्मणि ।।
करावे-मिळवावेसे नसे कांहीं जरी मज
तिन्ही लोकीं तरी पार्था कर्मी मी वागतो चि कीं।।२२।।३

श्रीकृष्णांचा स्वकर्मयोग-

हे अर्जुना या तिन्ही लोकात मला कोणतेही कर्तव्य नाही, मिळवण्याजोगेही कांही नाही तरीही मी माझे काम करीत आहे. मी जर आळस झाडून काम केले नाही तर तेच वर्तन सर्व मनुष्यप्राणी करतील. मी माझे काम केले नाही तर सर्व लोक नष्ट होतील. आणि मी या संकराचे आणि सर्व घाताचे कारण होईन.

यदि ह्यहं न वर्तेयं जातु कर्मण्यतन्द्रितः ।
मम वर्त्मानुवर्तन्ते मनुष्याः पार्थ सर्वशः ।।
मी चि कर्मी न वागेन जरी आळस झाडुनी
सर्वथा लोक घेतील माझे वर्तन तें मग।।२३।।३

उत्सीदेयुरिमे लोका न कुर्यां कर्म चेदहम् ।
सङ्करस्य च कर्ता स्यामुपहन्यामिमाः प्रजाः ।।
सोडीन मी जरी कर्म नष्ट होतील लोक हे
होईन संकर-द्वारा मी चि घातास कारण।।२४।।३

अजोऽपि सन्नव्ययात्मा भूतानामीश्वरोऽपि सन् ।
प्रकृतिं स्वामधिष्ठाय सम्भवाम्यात्ममामया ।।
असूनि हि अजन्मा मी निर्विकार जगत्-प्रभु
माझी प्रकृति वेढूनि मायेने जन्मतो जणूं।।६।।४

मी जन्मरहित आणि अविनाशी असूनही तसेच सर्व प्राण्यांचा निराकार ईश्वर असूनही आपल्या प्रकृतिला स्वधीन करून आपल्या योगमायेने प्रगट होत असतो.

यदा यदा हि धर्मस्य ग्लानिर्भवति भारत ।
अभ्युत्थानमधर्मस्य तदात्मानं सृजाम्यहम् ।।
गळूनि जातसे धर्म ज्या ज्या वेळेस अर्जुना
अधर्म उठतो भारी तेव्हां मी जन्म घेतसे।।७।।४

जेव्हा जेव्हा धर्माचा ऱ्हास व अधर्माची वाढ होत असते, तेव्हा तेव्हाच मी आपले रुप रचतो, आकार घेतो आणि लोकांसमोर प्रकटतो.

परित्राणाय साधूनां विनाशाय च दुष्कृताम् ।
धर्मसंस्थापनार्थाय सम्भवामि युगे युगे ।।
राखावया जगीं संतां दुष्टा दूर करावया
स्थापावया पुन्हा धर्म जन्मतो मी युगीं युगीं।।८।।४

सज्जनांच्या उद्धारासाठी, दुर्जनांच्या विनाशासाठी धर्माची उत्तम प्रकारे स्थापना करण्यासाठी मी युगायुगात प्रगट होतो.

न हि ज्ञानेन सदृशं पवित्रमिह विद्यते ।
तत्स्वयं योगसंसिद्धः कालेनात्मनि विन्दति ।।
ज्ञानासम नसे कांहीं पवित्र दुसरे जगीं
योग-युक्त यथा-काळीं ते पावे अंतरी स्वये।।३८।।४

ज्ञाना सारखे पवित्र करणारे दुसरे कांहीही नाही. ते ज्ञान कालावधीने कर्मयोगाने अंतःकरण शुद्घ झालेला माणूस आपोआपच आपल्या आत्म्यात प्राप्त करून घेतो.

बुद्धिर्ज्ञानमसम्मोहः क्षमा सत्यं दमः शमः ।
सुखं दुःखं भवोऽभावो भयं चाभयमेव च ।।
बुद्धि निर्मोहता ज्ञान सत्यता शम निग्रह
जन्म नाश सुखें दुःखें लाभालाभ भयाभय।।४।।१०

निर्णयशक्ति, यथार्थ ज्ञान, असंमूढता, क्षमा, सत्य, इंद्रियनिग्रह, मनोनिग्रह, सुख-दुःख, उत्पति, प्रलय, भय-अभय, अहिंसा, समता, संतोष, तप, दान, कीर्ती-अपकीर्ती, असे हे प्राण्यांचे अनेक प्रकारचे भाव माझ्यापासूनच होतात.

अहिंसा समता तुष्टिस्तपो दानं यशोऽयशः ।
भवन्ति भावा भूतानां मत्त एव पृथग्विधाः ।।
तप दातृत्व संतोष अहिंसा समता क्षमा
माझ्या चि पासुनी भूतीं भाव हे वेगवेगळे।।५।।१०

वेदानां सामवेदोऽस्मि देवानामस्मि वासवः ।
इन्द्रियाणां मनश्चास्मि भूतानामस्मि चेतना ।।
मी सामवेद वेदांत असे देवांत ईन्द्र मी
चेतना मी चि भूतांत मन तें इंद्रियांत मी।।२२।।१०

वेदांत सामवेद मी (कृष्णभगवान) आहे, देवात इंद्र आहे, इंद्रियांमध्ये मन आहे आणि सर्व प्राण्यांतील चेतना-जीवनशक्ति मी आहे.

पश्य मे पार्थ रूपाणि शतशोऽथ सहस्रशः ।
नानाविधानि दिव्यानि नानावर्णाकृतीनि च ।।
पहा दिव्य तशीं माझी रूपें शत-सहस्र तूं
नाना प्रकार आकार वर्ण ज्यांत विचित्र चि।।५।।११

हे पार्था, तू माझी शेकडो-हजारो विविध प्रकारची, विविध रंगांची नाना आकारांची अलौकिक रूपे पहा

उर्ध्वमूलमधःशाखमश्वत्थं प्राहुरव्ययम् ।
छदांसि यस्य पर्णानि यस्तं वेद स वेदवित् ।।
खाली शाखा वरी मूळ नित्य अश्वत्थ बोलिला
ज्याच्या पानामधे वेद जाणे तो वेद जाणतो।।१।।१५

आदिपुरुष परमेश्वररूपी मूळ असलेल्या, ब्रह्मदेवरूप मुख्य फांदी असलेल्या, ज्या संसाररूप अश्वत्थवृक्षाला अविनाशी म्हणतात, तसेच वेद ही ज्याची पाने आहेत, त्या वृक्षाला जो पुरुष मुळासहित तत्त्वतः जाणतो, तो वेदांचे तात्पर्य जाणणारा आहे.

यस्मात्क्षरमतीतोऽहमक्षरादपि चोत्तमः ।
अतोऽस्मि लोके वेदे च प्रथितः पुरुषोत्तमः ।।
मी क्षरा-अक्षराहूनि वेगळा उत्तम
वेद लोक म्हणे माते म्हणूनि पुरूषोत्तम।।१८।।१५

मी नाशिवंत जडापासून पूर्ण पलीकडचा आहे आणि अविनाशी जिवात्म्यापेक्षाही उत्तम आहे. म्हणून लोकांत व वेदांतही मी पुरुषोत्तम नावाने प्रसिद्ध आहे.

तेजः क्षमा धृतिः शौचमद्रोहो नातिमानिता ।
भवन्ति सम्पदं दैवीमभिजातस्य भारत ।।
पवित्रता क्षमा तेज धैर अद्रोह नम्रता
हे ज्याचे गुण जो आला दैवी संपत्ति घेउनी।।३।।१६

तेज, क्षमा, धैर्य, बाह्यशुद्धी, मनांत शत्रुत्व भावना नसणे, स्वतः बद्दल अभिमान-अहंकार नसणे ही दैवी संपत्ति घेऊन जन्मलेल्याची लक्षणे आहेत.

ईश्वरः सर्वभूतानां हृद्देशेऽर्जुन तिष्ठति।
भ्रामयन्सर्वभूतानि यन्त्रारूढानि मायया ।।
राहिला सर्व भूतांच्या हृदयी परमेश्वर
मायेने चाळवी त्यास जणू यंत्रात घालुनी।६१।।१८

हे अर्जुना अंतर्यामी परमेश्वर आपल्या मायेने सर्व प्राण्यांच्या शरीररूप यंत्रावर आरूढ होऊन त्यांच्या कर्मा प्रमाणे फिरवीत त्यांच्या हृदयांत राहिला आहे.

-संजय-

राजन्संस्मृत्य संस्मृत्य संवादमिममद्भुतम् ।
केशवार्जुनयोः पुण्यं हृष्यामि च मुहुर्मुहुः ।।
हा कृष्णार्जुन-संवाद राया अद्भुत पावन
आठवूनि मनी फार हर्षतो हर्षतो चि मी।।७६।।१८

संजय म्हणतो- महाराज, भगवान श्रीकृष्ण आणि अर्जुनाचा हा रहस्यमय, कल्याणकारी आणि अद्भुत संवाद पुनःपुन्हा आठवून मी वारंवार आनंदित होत आहे.

यत्र योगेश्वरः कृष्णो यत्र पार्थो धनुर्धरः ।
तत्र श्रीर्विजयो भूतिर्ध्रुवा नीतिर्मतिर्मम ।।
योगेश्वर जिथे कृष्ण जिथे पार्थ धनुर्धर
तिथे मी पाहतो नित्य धर्म श्री जय वैभव।।७८।।१८

जेथे योगेश्वर भगवान श्रीकृष्ण व जेथे गांडीव धारी अर्जुन आहे, तेथेच श्री, विजय, विभूति आणि अचल नीती आहे असेच मला वाटते.

हा गीतेतील पहिलाच श्लोक व हे शेवटचे दोन फार महत्वाचे कारण.संजय एक सारथी...चातुर्वर्णांत एक शूद्र...पण त्याला व्यासदत्त दिव्य दृष्टी आहे. जी नरश्रेष्ठ अर्जुनाला, स्वतःचे महाकाय रुप पहाण्या साठी कृष्णाला द्यावी लागली. सर्व पाहिल्यावर आनंदीत होउन, धृतराष्ट्राच्या समोर युद्धाचा अंत काय हे निर्भयपणे सांगणारा संजय सुद्धा नरश्रेष्ठ नाही का.

निर्वाणाष्टकम्

मोक्ष जिवंतपणी असू शकतो कां...आपली सर्व कर्तव्ये सुंदर रीतीने पार पाडल्या नंतर आपण जर या नंतरच्या श्लोकातील मनस्थिती पदोपदी अनुभवत असाल तर निश्चित समजावे की आपण मुक्ति प्राप्त केली, जीवन सार्थ केले.

मनो बुद्ध्यहंकारचित्तानि नाहम्,
नच श्रोत्रजिव्हे न च घ्राणनेत्रे ।
न च व्योम भूमिर्न तेजो न वायुः,
चिदानन्दरूपः शिवोऽहम् शिवोऽहम् ।।

Mind, Intellect, Ego I am not, Neither have I ears, tongue nor nostrils, nor eyes; I am not the five great elements,; I am pure consciousness, Bliss, the Self I am Aucpiciousness, Auspiciousness alone.

मी मन, विद्वत्ता, स्वत्व यांच्या परे, कान, जीभ, नासीका, डोळे, स्पर्श या पंचेंद्रियांच्या पलीकडला, आप, वायु, तेज, पृथ्वि, आकाश या पंचमहाभूतां शिवायचा सत् चित् आनंदरुप पवित्र पवित्र आहे.

मैं मन, बुद्धि, अहंकार नहीं, श्रवण, स्वाद, गंध, स्पर्श, नेत्र मुझे नहीं। पानी, तेज, वायु, पृथ्वि, आकाशमेसे भी नहीं। मैं सत् चित् आनंद रुपमें पवित्र हो गया हूँ।

न च प्राण संज्ञो न वै पञ्चवायुः
न वा सप्त धातुर्न वा पञ्चकोषः ।
न वाक् पाणिपादौ न चोपस्थपायुः
चिदानन्दरूपः शिवोऽहम् शिवोऽहम् ॥

The vital air I am not, Nor have I anything to do with the physiological functions in my body; Nor am I the seven-fold material that goes into the building up of the body; Nor am I in any way attached to the five sheaths of my personality; have nothing to do with the five organs of action. I am auspiciousness, Auspiciousness alone.

मी प्राणवायु नाही की पंचप्राणही नाही, सप्त धातुनी बनलेले शरीर नाही की शारीरीक क्रिया नाही, मी व्यक्तित्वातल्या पांच कोषात नाही तसाच पंचेंद्रियांतही नाही. मी सत् चित् आनंदरुप पवित्र पवित्र आहे.

मैं प्राणवायु नहीं, पंचप्राण भी नहीं, सप्त धातुसे बना ये शरीर भी मैं नहीं, मै शारीरीक क्रिया में भी नहीं, व्यक्तित्वके पांच पहेलुमें भी नहीं और पंचेंद्रियोंमे भी नहीं। मैं सत् चित् आनंद रुपमें पवित्र हो गया हूं।

न मे द्वेष रागौ न मे लोभमोहौ
मदो नैव मे नैव मात्सर्यभावः ।
न धर्मो न चार्थो न कामो न मोक्षः
चिदानन्दरूपः शिवोऽहम् शिऽवोहम् ।।

I have neither likes nor dislikes, nor have I covetousness or greed, nor have I any arrogant vanity nor any competition with anyone; I have not even a need for the four main "purposes of life". I am Auspiciousness, Auspiciousness alone.

द्वेष, राग, हांव, मोह, मद, मत्सर हे भावच नसलेला, धर्म, काम, आकांक्षा, मोक्ष यांचीही जरुर नसलेला मी सत् चित् आनंदरुप पवित्र पवित्र आहे.

मैं द्वेष, राग, लोभ, मोह, गर्व, ईर्षा से परे हूं और धर्म, काम, आकांक्षा और मोक्ष की जिसे आवश्यकता ही नही हो ऐसा सत् चित् आनंद रुपमें पवित्र हो गया हूं।

न पुण्यं न पापं न सौख्यं न दुःखं,
न मंत्रो न तीर्थं न वेदाः न यज्ञाः ।
अहं भोजनं नैव भोज्यं न भोक्ता
चिदानन्दरूपः शिवोऽहम् शिवोऽहम् ।।

Sin or merit can never touch me, joy or sorrow cannot contaminate me; I know no mantra, I have no sacred pilgrimage to make, I know no scripture, nor have I anything to gain through rituals; I am neither the experiencer (subject), nor the experienced (object), nor the experiencing; I am auspiciousness, Auspiciousness alone.

पुण्य, पाप, सुख, दुःख हे मला स्पर्शत नाहीत की मला चेततही नाहीत. मंत्र, पवित्र स्थळे, वेद पारायणे किंवा यज्ञकर्म हे देखील मला स्पर्शत नाहीत. आता कोणतीही अनुभुती घेणारा, अनुभुतीत रमणारा किंवा अनुभवसिद्ध मी नाही. मी सत् चित् आनंदरुप पवित्र पवित्र आहे.

पुण्य, पाप, सुख, दुःख ये मुझे स्पर्शते नहीं और उद्यपित भी करते नहीं। मंत्र, तीर्थस्थान, वेदवांचन या यज्ञसे मुझे कुछ मिलनाही नहीं। अब कुछ सीखना नही, शिक्षामें रहना या सिखाना भी नहीं। मैं सत् चित् आनंद रुपमें पवित्र हो गया हूं।

न मे मृत्युशङ्का न मे जातिभेदः ।
पिता नैव मे नैव माता न जन्मः ।
न बन्धुर्न मित्रं गुरुर्नैव शिष्यः ।
चिदानन्दरूपः शिवोऽहम् शिवोऽहम् ॥

I have no death, nor have I any caste or creed distinction; I have neither father nor mother, why! I am never born! I have no kith or kin, I know no Guru, nor am I a disciple; I am Auspiciousness, Auspiciousness alone.

मला मृत्यु नाही. मी जाती, वंशभेदानीही ओळखला जात नाही. मी माताही नाही, पिताही नाही, मी गुरु नाही, शिष्यही नाही, कोणत्याही नात्याशिवायचा सत् चित् आनंदरुप पवित्र पवित्र आहे.

मुझे मृत्यु नहीं। मुझे जाति, वंश नहीं। न मैं पिता हूं न माता, न गुरु हूं न शिष्य, न बंधु हूं न मित्र। मैं सत् चित् आनंद रुपमें पवित्र हो गया हूं।

अहं निर्विकल्पो निराकाररूपो ।
विभुर्व्याप्त सर्वत्र सर्वेंद्रियाणाम् ।
सदा मे समत्वं न मुक्तिर्न बन्धः ।
चिदानन्दरूपः शिवोऽहम् शिवोऽहम् ।।

Thought-free am I, formlessness my only form, I am the vitality behind all sense organs of everyone; ne other have I attachment to anything, nor am I free from everything; I am all-inclusive; I am Auspiciousness, Auspiciousness alone.

मी विचारी शोधक नाही. मला आकारही नाही. मी सर्वांच्या ईंद्रियां मागची अलिप्त शक्ति आहे. सर्वथा समभाव बाळगणारा, मुक्ति किंवा बंधन नसणारा सत् चित् आनंदरुप पवित्र पवित्र आहे.

मेरा कोई विकल्प नहीं, मैं निराकार हूं। सभी जीवित ईंद्रियों के पिछे की सुप्त शक्ति हूं। सर्वथा समभावमें रहता मुक्ति या बंधन बिनाके सत् चित् आनंद रुपमें पवित्र हो गया हूं।

सुभाषिते

ही सुभाषितें वारंवार प्रसंगानुरुप वापरावीत.

आलसस्य कुतो विद्या, अविद्यस्य कुतो धनम्।
अधनस्य कुतो मित्रं, अमित्रस्य कुतो सुखम् ।।१।।

There is no knowledge for the lethargic, no wealth for the ignorant, no friends without wealth and no happiness without friends.

आळशाला विद्या, अज्ञानीला संपत्ति, दरिद्री माणसाला मित्र व मित्र नसलेल्याला सुख कुठे मिळते.

आलसीको विद्या, अज्ञानी को धन, दरिद्र को मित्र और बिना मित्रवालेको सुख कहाँ मिलता है।

आलस्यंहि मनुषाणाम् शरीरस्थो महारिपुः ।।२।।

Laziness is the greatest enemy in human.

आळस हाच मनुष्याच्या शरीरातील सर्वात मोठा शत्रु आहे.

मनुष्यके शरीरमें आलस यही मनुष्यका बडा दुष्मन है

नास्ति विद्यासमं चक्षुर्नास्ति सत्यसमं तपः ।
नास्ति रागसमं दुःखं नास्ति त्यागसमं सुखम् ।।३।।

There are no greater eyes than Knowledge, no greater principle to strive for than truth, no greater misery than attachment and no greater happiness than sacrifice for others.

विद्ये सारखे डोळे नाहीत. सत्या सारखी तपःचर्या नाही. मोह, रागा सारखे दुःख नाही आणि त्यागा सारखे सुख नाही.

विद्या जैसी आँखें नहीं। सत्यसे बढकर तप नहीं। गुस्से, मोह जैसा दुःख नही और त्याग जैसा सुख नहीं।

विद्या ददाति विनयं विनयाद् याति पात्रताम्।
पात्रत्वाद् धनमाप्नोति धनाद् धर्मस्ततः सुखम् ।।४।।

True Knowledge gives rise to humility.

ज्ञानाने मनुष्य विनयशील होतो. विनयाने पात्रता प्राप्त करतो. ज्यामुळे धनप्राप्ति करतो. धनाच्या सदुपयोगाने सधर्माचे पालन करतो आणि त्याला सुखप्राप्ति होते.

विद्यासे मनुष्य विनयशील होता है। विनयसे पात्रता पाता है। जिससे उसे धनप्राप्ति होती है। धनके सदुपयोगसे सत्धर्म का पालन होता है और उससे सुख प्राप्ति होती है।

नरस्याभरणम् रूपम् रूपस्याभरणम् गुणः।
गुणस्याभरणम् ज्ञानम् ज्ञानस्याभरणम् क्षमा ।।५।।

The essence of a being is the physical form, the essence of the form is guna (virtue), the essence of virtue is knowledge, the essence of knowledge is forgiveness.

मनुष्याच्या अस्तित्वाचा अर्थ भौतिक शरीर आहे. शरीराला सद् गुणानी अर्थ येतो. सद् गुणानी ज्ञान प्राप्त होते. ज्ञानाने क्षमाभाव येतो.

मनुष्य के अस्तित्व का अर्थ भौतिक शरीर है। शरीरका अस्तित्व उसके गुण है। गुणोंका अस्तित्व ज्ञान है और ज्ञान का अस्तित्व क्षमा है।

कोकिलानाम् स्वरो रूपम्, स्त्रीणाम् रूपम् पवित्रता ।
विद्यारूपम् कुरूपाणाम्, साधुणाम् च तथा क्षमा ।।६।।

The beauty of Nightingale lies in its voice, the beauty of a woman lies in her purity, the beauty of a person lies in their learning and knowledge, and the beauty of Wise persons in their forgiving nature.

कोकीळेचे सौंदर्य म्हणजे तिचा आवाज, पातिव्रत्य हे स्त्रीचे सौंदर्य, ज्ञान, विद्या हे कुरुप माणसाचे सौंदर्य तर क्षमाभाव हे साधुचे (सज्जनाचे) सौंदर्य.

कोयलकी सुंदरता उसके स्वर हैं। नारीकी सुंदरता पावित्रतामें है। कुरुपोंकी सुंदरता उनकी विद्यामें है। साधुकी सुंदरता क्षमा में है।

नाभिषेको न संस्कारः सिंहस्य क्रियते वने ।
विक्रमार्जित सत्वस्य स्वयमेव मृगेन्द्रता ।।७।।

There is no crowning ceremony for the lion in the forest, he is declared the king of all animals by virtue of his own strength.

जंगलात सिंहाचा कोणी राज्याभिषेक करीत नाही. स्वबळावर, स्वसामर्थ्यावर तो सर्व प्रण्यांचा राजा बनतो.

वनमें रहनेवाले सिंहका अभिषेक कोई नही करता। वो तो अपने बलपर पराक्रमसे सभी प्राणियोंका राजा बना है।

सत्यम् ब्रूयात् प्रियम् ब्रूयात् न ब्रूयात् सत्यमप्रियम् ।
प्रियञ्चनानृतम् ब्रूयात् एषः धर्मः सनातन ।।८।।

Truth should be spoken, What is pleasant should be spoken. Unpleasant truth should not be spoken. Pleasant lies are also not to be spoken. This is the ancient Dharma.

सत्य बोलावे, प्रिय वाटेल असे बोलावे, अप्रिय सत्य बोलू नये. प्रिय वाटणारे असत्य बोलू नये. हा चिरंतर काळापासून चालणारा धर्म आहे.

सत्य बोलें। मीठा बोलें। अच्छा ना लगे ऐसा सत्य न बोलें। अच्छा लगे ऐसा असत्य न बोलें। यह धर्म यही सनातन धर्म है।

प्रियवाक्य प्रदानेन, सर्वे तुष्यन्ति जन्तवः।
तस्मात् तदेव वक्तव्यम्, वचने का दरिद्रता ॥९॥

By offering of sweet words, everyone can be pleased. Therefore offer sweet words. Why be mean in speech?

गोड बोलण्याने सर्वच प्रसन्न होतात, म्हणून गोडच बोलावे. त्यांत कंजुसपणा कशाला.

मीठा बोलनेसे सभी आनंदित होते हैं, तो मीठाही बोलें। बोलनेमे कैसी कंजूसी।

विद्याविहीनः पशुः ॥१०॥

Devoid of learning and knowledge, you are verily an animal.

विद्येविणा मनुष्य पशुच होतो.

ज्ञान विना मनुष्य पशुसमान होता है।

उद्योगिनं पुरुषसिंहमुपैति लक्ष्मीः ॥११॥

Lakshmi graces only the industrious.

परिश्रम करणाऱ्यावर लक्ष्मीची कृपा होते.

परिश्रम करनेवाले पर ही लक्ष्मी की कृपा होती है।

अति सर्वत्र वर्जयेत् ॥१२॥ ●●●

Avoid excess of anything.

कुठेहि अति करु नये.

कहींभी अति नहीं करनी चाहिये।

स्वदेशे पूज्यते राजा, विद्वान सर्वत्र पूज्यते ॥१३॥ ●●●

A king is regarded only within a country, a learned person is worshipped everywhere.

राजाला त्याच्या राज्यातच मान असतो. विद्वानाला सर्व जगात मान मिळतो.

राजाका सम्मान उसीके राज्यमें होता है। विद्वानका सम्मान सब जगह होता है।

यथा बीजं तथा निष्पत्तिः ॥१४॥ ●●●

As is the seed, so are the leaves of that tree.

जसे बी तसे पीक.

जैसै बोओगे वैसा ही पाओगे।

लोभ पापस्यं कारणम् ।।१५।। ●●●

Greed is the root cause of all vices.

लोभ हेच पापाचे मूळ कारण.

लोभ पापका मूल कारण है।

परोपकारः पुण्याय, पापाय परपीडनम् ।।१६।। ●●●

Kindness to others is the greatest virtue, inflicting pain is the greatest sin.

परोपकाराने पुण्य मिळते परपीडेने पाप मिळते.

परोपकारसे पुण्य प्राप्ति तो दूसरोंको पीडा देनेसे पाप मिलता है।

लोचनाभ्यां विहीनस्य दर्पणः किं करिष्यति ।।१७।। ●●●

If the eyes do not have sight, what can the mirror do?

आंधळ्याला आरसा काय कामाचा.

दृष्टीहीन को आईना क्या कामका।

संदर्भ

१ श्रीमद्भगवद्गीता-   जयदयाल गोयंका,   गीता प्रेस गोरखपूर
२ गीताई- विनोबा भावे परंधाम प्रकाशन, पवनार आश्रम.
३ वैदीक शांती मंत्र- तत्वतिर्थ अध्यात्म मंदिर
४ स्तोत्र भजन गीत- विवेकानंद केंद्र प्रकाशन.